



REPUBLIKA SLOVENIJA  
MINISTRSTVO ZA ZDRAVJE



Program sofinancirajo Ministrstvo za zdravje RS, FIHO in MOM

## NAPOVEDNIK DOGODKOV

### [Webinar "Smernice za zdravljenje zasvojenosti z nikotinom – Evropska priporočila pri zdravljenju bolnikov s sladkorno boleznijo" – 25. januar 2024](#)

Slovenska zveza za javno zdravje, okolje in tobačno kontrolo bo v znamenju Dneva brez cigarete (ki ga vsako leto obeležujemo 31. januarja), 25. januarja ob 11. uri organizirala webinar »**Smernice za zdravljenje zasvojenosti z nikotinom – Evropska priporočila pri zdravljenju bolnikov s sladkorno boleznijo**«. Na spletnem seminarju bo predstavljen prevod istoimenske brošure, ki predstavlja evropske modele dobrih praks: EPACTT, TOB.g. Webinar je namenjen zdravstvenim delavcem in nevladnim organizacijam s področja zdravja. Vabilo s programom je na voljo na [tej povezavi](#). Prijave zbiramo na e-naslov [nvo.zdravje@tobak-zveza.si](mailto:nvo.zdravje@tobak-zveza.si). Vljudno vabljeni!

Cilj **programa EPACTT** (Evropski akreditirani učni načrt za zdravljenje zasvojenosti od nikotina/European Accredited Curriculum on Tobacco Treatment) je **usposobiti in certificirati strokovnjake v Evropi, ki uspešno zaključijo tečaje skupaj z usposabljanjem o smernicah**. Strokovnjaki se nato štejejo za kompetentne pri opuščanju kajenja in poznajo naj sodobnejša vprašanja pri nadzoru nad tobakom. Program je potrjen s strani Evropskega akreditacijskega sveta za stalno medicinsko izobraževanje (European Accreditation Council for Continuing Medical Education - EACCME). V Sloveniji je uspešno opravilo spletno izobraževanje 45 zdravnikov in diplomiranih medicinskih sester ter predstavnikov NVO.

**Namen programa, kjer je bilo vključenih 17 držav, je ustvariti in mobilizirati mrežo zdravstvenih delavcev in organizacij, namenjenih napredku zdravljenja zasvojenosti s tobakom, ki temelji na dokazih, in zagovarjanju učinkovite politike nadzora nad tobakom.**

V okviru programa smo prav tako **prevedli v slovenščino in prenesli naslednje smernice za zdravljenje zasvojenosti z nikotinom:**

- EPACTT 2 MODULI 1-4,
- Smernice za zdravljenje zasvojenosti od nikotina za leto 2018,
- Orodja za pomoč strokovnjakom pri izvajanju opuščanja kajenja ENSP – 2020,
- Farmakoterapija,



REPUBLIKA SLOVENIJA  
MINISTRSTVO ZA ZDRAVJE



Program sofinancirajo Ministrstvo za zdravje RS, FIHO in MOM

- Opuščanje kajenja v nosečnosti in poporodnem obdobju.
- Priporočila pri zdravljenju bolnikov s KOPB
- Priporočila pri zdravljenju bolnikov s srčno-žilnimi boleznimi,
- Priporočila pri zdravljenju mladostnikov mlajših od 18 let,
- ter najnovejše, Priporočila pri zdravljenju bolnikov s sladkorno boleznijo.

#### [Obeležje Dneva brez cigarete v Zdravstvenem domu Celje – 31. januar 2024](#)

Slovenska zveza za javno zdravje, okolje in tobačno kontrolo in Zdravstveni dom Celje bosta 31. januarja 2024 obeležila **Dan brez cigarete**. V sklopu obeležja bomo v Zdravstvenem domu Celje zainteresiranim prebivalcem nudili svetovanje za opuščanje kajenja, meritve ogljikovega monoksida v izdihanem zraku ter delili zdravstveno-vzgojne materiale. ZD Celje bo obiskovalcem v okviru Centra za krepitev zdravja nudil še druge dejavnosti (meritve krvnega pritiska, svetovanja...). Vabilo s programom bo kmalu na voljo na spletni strani SZOTK, na [tej povezavi](#).

V okviru Dneva brez cigarete bomo prav tako izvajali preventivne delavnice za učence osnovnih šol.



REPUBLIKA SLOVENIJA  
MINISTRSTVO ZA ZDRAVJE



Program sofinancirajo Ministrstvo za zdravje RS, FIHO in MOM

## NOVICE MREŽE NVO ZA ZDRAVJE IN OSTALE NOVICE

### [Mobilna aplikacija ŠUR](#)

Ali poznate mobilno aplikacijo ŠUR (šola, ulica, razvoj) za mlade? Aplikacijo smo razvili z namenom pomoči mladim in mlajšim odraslim na področju zmanjšanja rabe psihoaktivnih snovi (tobaka in alkohola), zdrave prehrane in gibanja ter pozitivne samopodobe.

Uporabniki lahko postavijo anonimno vprašanje s področja vseh naštetih tem in strokovnjaki jim bodo odgovorili. Aplikacija je na voljo za prenos na povezavi: <https://sur.zadihaj.si>.

### [Svetovna zdravstvena organizacija je pozvala k nujnemu ukrepanju za zaščito otrok in preprečevanju porabe e-cigaret](#)

Svetovna zdravstvena organizacija opozarja, da so **potrebni nujni ukrepi za nadzor nad elektronskimi cigaretami**, da bi zaščitili otroke, pa tudi nekadilce in zmanjšali škodo za zdravje prebivalstva. E-cigarete kot potrošniški izdelki niso dokazano učinkovite pri opuščanju porabe tobaka na populacijski ravni. Namesto tega so se pojavili zaskrbljujoči dokazi o škodljivih učinkih na zdravje prebivalstva.

Kot je SZO zapisala v izjavi za javnost, so e-cigarete dovoljene na prostem trgu, prav tako pa jih **agresivno tržijo mladim**. 34 držav prepoveduje prodajo e-cigaret, 88 držav nima minimalne starosti za nakup e-cigaret in 74 držav nima predpisov za te škodljive izdelke.

»Otroke že v zgodnjem otroštvu novačijo in ujamejo v past rabe e-cigaret, pri čemer se lahko zasvojijo z nikotinom,« je dejal dr. Tedros Adhanom Ghebreyesus, generalni direktor SZO.  
**»Države pozivam, naj izvajajo stroge ukrepe za preprečevanje širjenja rabe, da zaščitijo svoje državljane, zlasti otroke in mlade.«**



REPUBLIKA SLOVENIJA  
MINISTRSTVO ZA ZDRAVJE



Program sofinancirajo Ministrstvo za zdravje RS, FIHO in MOM

SZO je izpostavila, da morajo strategije opuščanja kajenja temeljiti na najboljših razpoložljivih dokazih o učinkovitosti, skupaj z drugimi ukrepi za nadzor rabe tobaka in morajo biti predmet spremljanja in vrednotenja. Na podlagi trenutnih dokazov ni priporočljivo, da vlade dovolijo prodajo e-cigaret kot potrošniških izdelkov za doseg cilja opustitve kajenja.

### [Zmanjšanje uživanja alkohola lahko zmanjša tveganje za nastanek raka ustne votline in raka požiralnika](#)

Poročilo Mednarodne agencije za raziskave raka (*International Agency for Research on Cancer – IARC*) je ugotovilo, da **zmanjšanje ali opustitev uživanja alkohola zmanjša tveganje za nastanek raka ustne votline in požiralnika**. Vendar je potrebnih še več podatkov, da bi ugotovili, ali enako velja za več drugih vrst raka, vključno z rakom debelega črevesa in danke, dojke in jeter.

Farhad Islami, epidemiolog na področju rakastih bolezni pri Ameriškem združenju za boj proti raku (*American Cancer Society*) in avtor poročila, je dejal, da je kljub temu verjetno, da bo zmanjšanje ali prenehanje pitja alkohola zmanjšalo tveganje za te vrste raka. Islami pravi: »Glede na to, da ima veliko teh rakov podobne mehanične poti, menimo, da bomo videli podobno povezavo z zmanjšanjem ali prenehanjem. Zato priporočamo več študij, da bomo lahko imeli močnejše dokaze.«

Poročilo ugotavlja, da obstaja dovolj dokazov, da zmanjšanje ali opustitev uživanja alkohola zmanjša tveganje za raka ustne votline in požiralnika. Pri raku ustne votline je bilo prenehanje uživanja alkohola za pet do devet let povezano s **34-odstotnim relativnim zmanjšanjem tveganja**, 10-19-letno prenehanje uživanja alkohola pa s **55-odstotnim relativnim zmanjšanjem tveganja**. Pri raku požiralnika je prenehanje uživanja alkohola za pet do 15 let **zmanjšalo relativno tveganje za 15 %**, za 15 let ali več pa je bilo povezano s **65-odstotnim relativnim zmanjšanjem tveganja**. Raziskovalci so našli omejene dokaze, da enako velja za raka grla, debelega črevesa in danke ter raka dojke, in neustrezne dokaze za raka žrela in raka jeter.

[Seznam krvodajalskih akcij v mesecu JANUARJU najdete tukaj.](#)



REPUBLIKA SLOVENIJA  
MINISTRSTVO ZA ZDRAVJE



Program sofinancirajo Ministrstvo za zdravje RS, FIHO in MOM

## ZANIMIVE NOVICE S PODROČJA ZDRAVJA IN OKOLJA PO SVETU

### [Avstralija je z novim letom otežila dostop do vejпов](#)

Avstralska vlada je z novim letom uvedla vrsto **novih ukrepov za omejevanje dostopnosti vejпов**.

Nove reforme **odpravljajo vrzeli v sedanji zakonodaji, ki omogočajo enostaven dostop do zelo zasvojljivih, aromatiziranih, poceni in škodljivih izdelkov za vejping, ki se tržijo otrokom**. Izdelki za vejpanje bodo še vedno na voljo na recept vsem, ki jih uporabljajo za opustitev kajenja. Vendar pa bo Uprava za terapevtske izdelke (Therapeutic Goods Administration) strogo regulirala vejpe samo na recept.

Prva faza zakonodaje, ki se izvaja od 1. januarja, vključuje **prepoved uvoza vseh vejпов za enkratno uporabo**. To so izdelki, ki so najbolj priljubljeni pri mladih in so na voljo v različnih okusih, vključno s sadjem, slaščicami, koktajli in tobakom.

Od 1. marca 2024 bo **prepovedan še uvoz vseh drugih vejпов**, vključno z izdelki, ki jih je mogoče ponovno napolniti. Uvoz bo dovoljen le v primeru, če imajo uvozniki licenco in dovoljenje Urada za nadzor nad drogami za zakonit uvoz vejпов. Ti zakonito uvoženi vejpi se bodo prodajali le v lekarnah na recept.

Naslednja faza reform, ki naj bi začela veljati konec leta 2024, bo odpravila **maloprodajo vseh vrst izdelkov za vejping**, ne glede na navedeno vsebnost nikotina.

Ta druga faza bo vključevala prepoved proizvodnje, dobave, oglaševanja in komercialne posesti vejпов, ki ne spadajo v okvir recepta.



REPUBLIKA SLOVENIJA  
MINISTRSTVO ZA ZDRAVJE



Program sofinancirajo Ministrstvo za zdravje RS, FIHO in MOM

### [Raziskava je pokazala, da skoraj polovica najmlajših pivcev v Veliki Britaniji zavrača pijačo zaradi alternativ z nizko vsebnostjo alkohola ali brez njega](#)

Nova raziskava v Veliki Britaniji je pokazala, da **44 % oseb, starih od 18 do 24 let, občasno ali redno uživa alternativne alkoholne pijače, v primerjavi z 31 % leta 2022.**

Anketa je tudi pokazala, da je ta starostna skupina na splošno najbolj trezna, saj jih 39 % sploh ne pije alkohola, in pokazala, da so nekateri, ki so poskusili nadomestke, rekli, da jim je to pomagalo zmanjšati uživanje alkohola.

Približno 23 % anketirancev je dejalo, da se je njihov vnos alkoholnih pijač zmanjšal, potem ko so se odločili za pijače z nizko vsebnostjo alkohola ali pijače brez alkohola, kar je nekoliko več v primerjavi z letom 2022, ko jih je tako odgovorilo 21 %.

### [Zloraba alkohola in osamljenost povečujeta tveganje za zgodnjo demenco](#)

**Zloraba alkohola, ki je posledica nižjega socialno-ekonomskega ozadja, osamljenost in okvara sluha so med 15 dejavniki, za katere je bilo ugotovljeno, da znatno povečajo tveganje za zgodnjo demenco, glede na prelomno raziskavo.**

Skoraj 4 milijone ljudi po vsem svetu doživi simptome demence, preden dopolni 65 let, pri čemer vsako leto na novo odkrijejo 370.000 ljudi. Medtem ko so prejšnje raziskave pokazale, da lahko spremembe življenjskega sloga zmanjšajo tveganje za demenco pri starejših ljudeh, so avtorji nove raziskave povedali, da je to prva ugotovitev, ki nakazuje, da bi se tveganje za zgodnjo demenco lahko zmanjšalo na enak način. V raziskavo je bilo vključenih 350.000 mlajših od 65 let.

Raziskovalci z univerz v Exeterju in Maastrichtu so preučevali, kaj bi lahko vplivalo na posameznikovo nagnjenost k zgodnjemu nastopu demence, vključno z genetskimi dejavniki, življenjskim slogom in okoljskimi dejavniki. **Odkrili so 15 dejavnikov, ki znatno povečajo tveganje za zgodnjo demenco**, vključno z nižjo formalno izobrazbo ali nižjim socialno-ekonomskim statusom, zdravstvenimi dejavniki, kot so pomanjkanje vitamina D, okvara sluha, depresija, **sladkorna bolezen, bolezen srca in ožilja**, ter dejavniki življenjskega sloga, kot sta **alkoholizem in socialna izolacija**.



REPUBLIKA SLOVENIJA  
MINISTRSTVO ZA ZDRAVJE



Program sofinancirajo Ministrstvo za zdravje RS, FIHO in MOM

## WEBINARJI, KONFERENCE IN OSTALI DOGODKI

### [Generalna skupščina EPHE – 7. december 2023](#)

7. decembra je potekala **letna generalna skupščina Evropske mreže za javno zdravje** (European Public Health Alliance – EPHA), katere članica je tudi Slovenska zveza za javno zdravje, okolje in tobačno kontrolo. Na generalni skupščini je potekalo glasovanje za izvolitev novih članov upravnega odbora in novih smernic dela za leto 2024.

## RAZPISI NA PODROČJU ZDRAVJA IN OKOLJA

### [Obzorje Evropa: Sofinanciranje inovativnih in raziskovalnih projektov na področju spodbujanja trajnostne prihodnosti za Evropo za leto 2024](#)

**Razpisuje:** Evropska komisija

**Vrednost razpisa:** 96.000.000 EUR

**Rok prijave:** 7. 2. 2024

### [Fit for Life Foundation awards](#)

**Razpisuje:** Fundacija Fit for Life

**Vrednost razpisa:** 100.000 EUR na organizacijo

**Rok prijave:** 15. 2. 2024



REPUBLIKA SLOVENIJA  
MINISTRSTVO ZA ZDRAVJE



Program sofinancirajo Ministrstvo za zdravje RS, FIHO in MOM

[Obzorje Evropa: Dvostopenjski razpisi za sofinanciranje projektov v okviru pobude za inovativno zdravje](#)

**Razpisuje:** Evropska komisija

**Vrednost razpisa:** 83.350.000 EUR

**Rok prijave:** 23. 4. 2024